

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perguruan tinggi merupakan salah satu wadah bagi masyarakat untuk meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) agar dapat menghadapi persaingan global di kehidupan (Ismail & Helmawati, 2018). Untuk membentuk SDM pada tingkat sarjana, perguruan tinggi di Indonesia rata-rata membutuhkan waktu 5 tahun dan SDM tingkat sarjana belum cukup untuk mempersiapkan SDM yang unggul, maka perlu disiapkan SDM pada tingkat Magister atau Doktor (Dekan Fakultas Pertanian Unand, 2018). Oleh karena itu, beberapa perguruan tinggi di Indonesia menyelenggarakan Program Fast Track (Sarjana-Magister) yang dapat diselesaikan dalam waktu singkat yaitu 5 tahun (Dekan Fakultas Pertanian Unand, 2018).

Program Fast Track dibentuk karena adanya kebutuhan Program Studi terhadap Sumber Daya Manusia (SDM) mahasiswa program magister (S2) yang lebih berkompeten agar dapat meningkatkan mutu dari program S2 (Yulinawati, 2009). Dengan adanya program tersebut dapat diperoleh *input* mahasiswa S2 yang lebih baik dan dapat meningkatkan kualitas *output* program S2 (Yulinawati, 2009). Universitas Andalas merupakan salah satu PT yang melaksanakan Program Fast Track untuk meningkatkan kualitas lulusannya. Berdasarkan Keputusan Rektor Unand tanggal 3 Juni 2013 tentang Pedoman Penyelenggaraan Fast Track Sarjana-Magister Universitas Andalas, “Program Fast Track S1-S2 merupakan

pelaksanaan berkesinambungan program sarjana dan magister yang linier bagi mahasiswa berkemampuan tinggi mengembangkan dirinya secara optimal dalam waktu yang relatif singkat, dengan total waktu studi sepuluh semester (S1 empat tahun dan S2 satu tahun)”. Dengan program ini, mahasiswa dapat menghemat waktu satu tahun pendidikan S2 dan menghemat biaya pendidikan S2. Program ini diperuntukkan bagi mahasiswa S1 yang telah menyelesaikan semester 6 dengan IPK di atas 3,25 dengan memanfaatkan SKS yang berlebih pada semester 7 dan 8.

Mahasiswa Program Fast Track memiliki tuntutan akademik yang lebih banyak dibandingkan mahasiswa S1 atau S2 reguler. Mahasiswa Fast Track diwajibkan untuk menyelesaikan skripsi dan studi S1 dalam waktu yang singkat, yaitu maksimal pada semester 9 (Rektor Unand, 2013). Tuntutan menyelesaikan skripsi merupakan stressor utama bagi kebanyakan mahasiswa tingkat akhir (Gamayanti, Mahardianisa, & Isop, 2018; Sari, Maputra & Sembiring, 2013). Selain itu, mahasiswa Fast Track juga memiliki tuntutan untuk melanjutkan penelitian skripsi mereka menjadi tesis pada program magister (Dekan Fakultas Pertanian Unand, 2018). Selanjutnya, mereka diwajibkan menyelesaikan studi Program Magister selambat-lambatnya pada semester 10 atau 11 (Rektor Unand, 2013). Jika melewati waktu yang ditetapkan, maka dinyatakan mengundurkan diri dari program magister. Bedewy dan Gabriel (2015) menyatakan bahwa keterbatasan waktu untuk menyelesaikan tugas dan terbatasnya waktu untuk beristirahat atau bersantai dapat menjadi faktor penyebab timbulnya stres akademik mahasiswa. Persyaratan dari Program Fast Track memungkinkan

menjadi stressor bagi mahasiswa Fast Track karena harus menyelesaikan studi S1 dan S2 dalam batasan waktu yang lebih singkat.

Di luar negeri, program percepatan di perguruan tinggi terkenal dengan istilah *Fast Track* atau *accelerated program*. Beban kerja akademik yang berat dan intens dari program percepatan merupakan stressor utama bagi mahasiswa percepatan (Weitzel & McCahoon, 2008). Beberapa penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Baccalaureate Nursing (BN) yang mengikuti program percepatan tingkat sarjana (*accelerated program*) menunjukkan bahwa mereka memiliki stres yang tinggi selama periode program percepatan (Youssef, 1996; Hegge & Larson, 2008; Weitzel & McCahoon, 2008; Wolf, Stidham & Ross, 2015). Mahasiswa BN reguler menyelesaikan studinya dalam waktu rata-rata 4 tahun, sedangkan mahasiswa BN yang mengikuti program percepatan harus menyelesaikan studinya dalam waktu 2 tahunan (Wolf, Stidham & Ross, 2015). Mahasiswa BN program percepatan memiliki stres yang lebih tinggi daripada mahasiswa BN reguler (Youssef, 1996).

Stres akademik adalah suatu keadaan yang tidak biasa dimana terdapat rasa frustrasi, kegugupan, dan kekhawatiran terhadap permasalahan akademik dan permasalahan di kampus yang menyebabkan timbulnya permasalahan fisik, permasalahan mental, ketidakbahagiaan, serta ketidakstabilan emosi dan perilaku (Lin & Chen, 2009). Stres akademik dapat diukur melalui melihat sumber stres akademik yang dialami mahasiswa. Lin dan Chen (2009) dalam penelitiannya menyebutkan tujuh sumber stres akademik, yaitu: stres dari pengajar, stres dari

hasil, stres dari ujian, stres dari belajar kelompok, stres dari teman sebaya, stres dari manajemen waktu, dan stres dari diri sendiri.

Berdasarkan pernyataan dua belas orang mahasiswa Fast Track, mahasiswa Fast Track memiliki sistem pembelajaran yang lebih padat dibandingkan dengan mahasiswa S1 reguler (Data Awal, 2019). Mahasiswa Fast Track mengambil matakuliah S2 pada tahun keempat bersamaan dengan pengerjaan skripsi. Mereka kesulitan dalam manajemen waktu untuk memenuhi tuntutan akademik yang padat pada program S1 dan program S2. Mereka harus mampu membagi waktu untuk mengikuti perkuliahan program S2, menguasai materi perkuliahan secara mendalam, mengerjakan tugas-tugas perkuliahan S2 yang banyak dan lebih sulit daripada tugas program S1, dan mengerjakan skripsi (Data Awal, 2019).

Pada semester 7 dan 8 mahasiswa Fast Track menjalankan program S1 dan program S2 secara bersamaan. Mahasiswa Fast Track harus menyesuaikan diri dengan dua lingkungan perkuliahan, yaitu lingkungan program S1 dan program S2 yang memiliki tuntutan berbeda dan harus dipenuhi (Data Awal, 2019). Agolla dan Ongori (2009) menemukan bahwa beban tugas akademik yang banyak dan kinerja akademik yang berkelanjutan merupakan penyebab utama stres akademik. Mahasiswa mengalami stres akademik setiap semester dikarenakan mempersiapkan ujian, persaingan di kelas, mengerjakan banyak tugas, menguasai banyak materi dalam waktu sedikit, dan mengkhawatirkan nilai (Abouserie, 1994). Selain itu, menghadiri perkuliahan, mengerjakan tugas individu maupun kelompok, mempersiapkan presentasi lisan (Ramachandiran & Dhanapal, 2018),

menjadwalkan kegiatan, dan manajemen waktu (Adegboyega, 2020) juga dapat menimbulkan stres akademik pada mahasiswa.

Selanjutnya mahasiswa Fast Track diharapkan untuk menjadi lulusan yang berkualitas dengan indeks prestasi tinggi dan lulus lebih cepat dibandingkan mahasiswa program S2 reguler (Dekan Fakultas Pertanian, 2018). Beberapa fakultas di Universitas Andalas mempersiapkan mahasiswa Fast Track untuk menjadi dosen yang berkualitas (Dekan Fakultas Pertanian, 2018). Peningkatan harapan dari orang tua, guru, dan diri sendiri untuk berprestasi secara akademis juga merupakan sumber stres yang kuat bagi banyak mahasiswa (Huan & Ang, 2008; Agolla & Ongori, 2009; Tan & Yates, 2010; Bedewy & Gabriel, 2015). Tuntutan akademik dan harapan yang tinggi yang dialami oleh mahasiswa menimbulkan stres akademik (Huan & Ang, 2008; Agolla & Ongori, 2009; Tan & Yates, 2010; Bedewy & Gabriel, 2015).

Menurut Gadzella (1994) stres akademik adalah persepsi seseorang terhadap keadaan yang di dalamnya terdapat tekanan, konflik, rasa frustrasi, atau pemaksaan diri yang disebabkan oleh proses pembelajaran di kampus yang menimbulkan perubahan negatif terkait reaksi fisik, emosi, kognitif, dan perilaku. Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner kepada 12 orang mahasiswa Program Fast Track Universitas Andalas, terdapat beberapa reaksi stressor dan stressor yang mereka rasakan. Data menunjukkan bahwa sebanyak 58,3% mahasiswa merasa tertekan karena *deadline* tugas, 75% mahasiswa merasa cemas akan nilai akademik, 50% mahasiswa menunda-nunda mengerjakan tugas kuliah, 58,3% mahasiswa mengalami sakit kepala karena tugas kuliah, 83,3% mahasiswa kesulitan untuk

tidur ketika ada tugas, 50% kesulitan untuk berkonsentrasi (Stres akademik menurut Gadzella).

Mahasiswa yang mengalami stres akademik dapat berdampak positif atau negatif tergantung cara penanganannya (Agolla & Ongori, 2009). Stres akademik jika tidak dikelola dengan baik akan menimbulkan dampak negatif yang dapat menjadi faktor penghambat bagi mahasiswa untuk bisa maksimal mengikuti Program Fast Track. Peningkatan stres akademik akan menurunkan performa akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi (Herath, 2019). Dampak negatif yang ditimbulkan oleh stres akademik pada mahasiswa yaitu kegelisahan, kegugupan, gangguan pencernaan, kekhawatiran, ketegangan, nyeri di leher atau bahu (Agolla & Ongori, 2009). Stresor akademik, keuangan, waktu, atau terkait kesehatan dan pemaksaan diri dapat memengaruhi kehidupan mahasiswa dan fungsi belajar untuk jangka waktu pendek atau panjang (Gadzella & Masten, 2005).

Berdasarkan informasi yang diperoleh, pada semester 7, 8, dan 9 terdapat beberapa orang mahasiswa FISIP, Fakultas Ilmu Budaya, dan Fakultas Pertanian yang mengundurkan diri dari program Fast Track dikarenakan mereka merasa stres dan kesulitan menghadapi tuntutan akademik pada program tersebut dan merasa tidak akan sanggup untuk melanjutkan program Fast Track tersebut (Data Awal Peneliti, 2020). Stres dan perasaan tidak akan sanggup untuk menjalankan program Fast Track berkaitan dengan keyakinan mereka bahwa keberhasilan dan kegagalan mereka dalam mengikuti program Fast Track bergantung pada faktor internal (dikendalikan oleh perilaku dan usaha individu) atau faktor eksternal

(nasib, keberuntungan, dan orang lain) yang disebut sebagai *locus of control* (LOC). Rodenberry & Renk (2010) menyatakan bahwa penilaian mahasiswa mengenai tuntutan akademik sebagai sesuatu yang sulit ditangani, mendorong perasaan bahwa peristiwa-peristiwa itu di luar kendali mereka (LOC eksternal), sehingga mereka tidak dapat mengelola stres akademik dengan efektif.

Locus of control merupakan *sense of personal control* yang dapat mengubah dengan cara memperbaiki atau memperburuk stres selain *self-efficacy* (Sarafino & Smith, 2011). Menurut Rotter (dalam Rotter, 1966; Rotter, 1975; Arslan, 2009) *locus of control* adalah kecenderungan keyakinan seseorang untuk mengkaitkan peristiwa-peristiwa yang menyebabkan hasil baik atau buruk di dalam hidupnya, baik dikarenakan internal atau eksternal. Mahasiswa dengan LOC internal percaya bahwa kemampuan dan usaha mereka penting untuk pencapaian prestasi, sementara individu dengan LOC eksternal memandang hidupnya diatur oleh kekuatan di luar kendalinya seperti keberuntungan, kesempatan, pengaruh orang lain, dan kesulitan tugas sebagai faktor utama penentu kesuksesan atau kegagalan (Curtis & Trice, 2013).

Menurut Levenson (1981), individu yang memiliki tipe *locus of control* internal lebih meyakini bahwa dirinya dapat mengendalikan peristiwa dalam hidupnya. Levenson (1981) membagi dua kategori *locus of control* eksternal, yaitu *powerful others* dan *chance*. Individu dengan tipe *powerful others* meyakini bahwa peristiwa yang terjadi dalam hidupnya ditentukan dan dipengaruhi oleh orang lain yang lebih berkuasa, sedangkan individu dengan tipe *chance* meyakini

bahwa peristiwa yang terjadi dalam hidupnya ditentukan oleh adanya kesempatan, keberuntungan, takdir, dan nasib (Levenson, 1981).

Mahasiswa yang memiliki LOC internal memiliki inisiatif mengumpulkan informasi secara aktif untuk menyelesaikan masalah dan percaya bahwa ia lebih mampu mengendalikan apa yang terjadi pada dirinya termasuk mampu mengelola masalah dan stres yang dirasakan (Hill, 2011). Individu dengan *locus of control* internal yang tinggi lebih cenderung melihat situasi stres sebagai sesuatu yang dapat dikendalikan secara pribadi dan penilaian ini akan menghasilkan peningkatan upaya *problem-focused coping* (Peacock, 1996). Individu yang memiliki *locus of control* internal melihat diri mereka kuat dan lebih sedikit stres karena mereka dapat mengendalikan peristiwa hidupnya, sementara individu dengan *locus of control* eksternal merasa diri mereka lemah dan mudah terpapar tingkat stress yang tinggi (Arslan, 2009). Mahasiswa yang memiliki *locus of control* internal akan mampu mengelola stres akademiknya karena ketika mahasiswa mampu mengendalikan dirinya maka ia akan mampu untuk menghindari stres akademik yang dihadapinya (Suherman, dkk, 2019).

Berbeda dengan *locus of control* internal, individu yang memiliki *locus of control* eksternal berpikir bahwa orang lain, nasib atau keberuntungan mengontrol peristiwa/ hasil yang mereka terima (Nowicki, 2016). Individu yang memiliki *locus of control* eksternal percaya bahwa hidupnya diatur oleh kekuatan di luar kendali mereka (Arslan, 2009). Mereka percaya bahwa perilaku dan kemampuan mereka tidak membuat perbedaan dalam hasil yang mereka terima, sehingga

mereka kurang mengerahkan usaha untuk memperbaiki situasi mereka (Schultz & Schultz, 2009). Orang dengan *locus of control* eksternal rentan bertambah stres karena merasa kurang percaya pada kemampuan mereka untuk mempengaruhi situasi, sehingga mereka sering merasa tidak berdaya (*hepless*) menghadapinya dan bergantung pada orang lain atau nasib, serta kurang berusaha memperbaiki situasinya (Heinstrom, 2010; Manichander, 2014). Keyakinan bahwa individu dengan *locus of control* eksternal tidak mampu mengendalikan sumber stres akademik dan merasa tidak berdaya dapat menambah stres yang dialaminya.

Hasil penelitian Kurtovic, Vukovic, & Gajic (2018) menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *locus of control* internal memiliki *self-liking* dan kompetensi diri yang tinggi, serta lebih *problem-focused coping*, sehingga memiliki hubungan yang negatif dengan gejala depresi, kecemasan, dan stres. Sedangkan mahasiswa dengan *locus of control* eksternal memiliki *self-liking* dan kompetensi diri yang rendah, serta *problem-focused* yang rendah dan *emotional-focused coping* yang tinggi, sehingga dapat menyebabkan timbulnya gejala depresi, kecemasan, dan stres (Kurtovic et al., 2018). Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti berasumsi bahwa mahasiswa Fast Track yang memiliki LOC internal akan dapat mengatasi stres akademik yang dihadapinya dengan berusaha menyelesaikan permasalahan secara efektif menggunakan *problem-focused coping*, sedangkan mahasiswa Fast Track yang memiliki LOC eksternal akan kesulitan mengatasi stres akademik karena mereka lebih cenderung mengatasi stres akademik dengan *emotional-focused coping*.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih banyak mahasiswa yang memiliki *locus of control* eksternal daripada LOC internal (Mufidah, 2017; Sarirah & Paramita, 2019; Marlinda, Yoyon & Ika, 2015). Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner sederhana kepada 12 mahasiswa Program Fast Track Unand, diketahui sekitar 58,3% (7 mahasiswa) memandang bahwa keberhasilan yang dicapai bukan merupakan hasil kerja keras mereka sendiri, 75% (9 mahasiswa) memandang mereka bisa meraih sesuatu karena adanya bantuan dari orang lain, dan 41,7% (5 mahasiswa) merasa bahwa mereka bisa berada di level ini karena nasib. Hasil kuesioner tersebut menunjukkan adanya indikasi LOC eksternal pada mahasiswa Fast Track Unand, yaitu mereka merasa bahwa peristiwa yang terjadi pada dirinya terjadi karena faktor luar diri.

Terdapat beberapa penelitian yang melihat hubungan antara *locus of control* dengan stres akademik. Beberapa hasil penelitian yang lain menunjukkan terdapat korelasi positif signifikan antara *locus of control* eksternal dengan stres akademik pada mahasiswa, yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan keyakinan *locus of control* eksternal lebih stres daripada siswa dengan *locus of control* internal (Karaman, Lerma, Vela & Watson, 2019; Roddenberry dan Renk, 2010; Abouserie, 1994). Dengan kata lain, mahasiswa yang percaya pada kemampuan mereka dan dalam kendali mereka atas situasi mereka tidak tertekan dibandingkan mereka yang percaya bahwa sesuatu terjadi karena keberuntungan atau agen luar (Karaman, Lerma, Vela & Watson, 2019). Hasil penelitian Suherman, dkk (2009) menunjukkan terdapat hubungan antara *locus of control* internal dengan stres

akademik, yang artinya semakin tinggi *locus of control* internal maka stres akademik akan semakin rendah.

Bertentangan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Winajah (2013) menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara *locus of control* dengan stres akademik. Hasil penelitian Uma dan Manikandan (2013) juga menunjukkan *locus of control* tidak ada pengaruh terhadap stres akademik. Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa *locus of control* internal berkaitan dengan penurunan tingkat stres akademik, sedangkan *locus of control* eksternal berkaitan dengan peningkatan tingkat stres akademik. Peneliti berasumsi bahwa stres akademik pada mahasiswa reguler berbeda dengan stres akademik yang dialami oleh mahasiswa Fast Track. Meskipun sama-sama memiliki tekanan akademik, tekanan akademik yang dialami oleh mahasiswa Fast Track lebih kompleks terutama terkait tekanan waktu yang singkat dan ekspektasi lingkungan terhadap mereka.

Berdasarkan penjelasan yang telah peneliti uraikan, dapat diketahui bahwa permasalahan akademik yang dihadapi oleh mahasiswa Fast Track adalah standar kelulusan yang tinggi, tugas yang banyak, jadwal kuliah yang padat, dan waktu penyelesaian studi yang lebih singkat dibandingkan mahasiswa S1 atau S2 reguler. Permasalahan akademik ini bisa mengakibatkan stres akademik yang dapat menghambat tercapainya tujuan dan target dari Program Fast Track, sehingga mahasiswa Fast Track harus mampu untuk mengatasi stres akademik yang dialaminya. Stres akademik yang tinggi berkaitan dengan *locus of control*

eksternal yang tinggi dan stres akademik yang rendah berkaitan dengan tingginya *locus of control* internal.

Terdapat hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara *locus of control* dengan stres akademik pada mahasiswa (Abouserie, 1994; Roddenberry dan Renk, 2010; & Karaman, 2019) dan ada penelitian yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut (Winajah, 2013), serta ada hasil penelitian yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh antara kedua variabel tersebut (Uma & Manikandan, 2013). Penelitian ini penting dilakukan karena belum ada penelitian hubungan antara *locus of control* internal dan *locus of control* eksternal dengan stres akademik pada mahasiswa program *Fast Track*. Dengan dilakukannya penelitian ini, maka dapat diketahui hubungan antara *locus of control* internal dan *locus of control* eksternal dengan stres akademik pada mahasiswa yang mengikuti Program *Fast Track* di Universitas Andalas, sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *locus of control* internal dengan stres akademik mahasiswa Program *Fast Track* Universitas Andalas?
2. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *locus of control* eksternal (*powerful others*) dengan stres akademik mahasiswa Program *Fast Track* Universitas Andalas?

3. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *locus of control* eksternal (*chance*) dengan stres akademik mahasiswa Program Fast Track Universitas Andalas?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui hubungan antara *locus of control* internal dengan stres akademik mahasiswa Program Fast Track Universitas Andalas.
2. Untuk mengetahui hubungan antara *locus of control* eksternal (*powerful others*) dengan stres akademik mahasiswa Program Fast Track Universitas Andalas.
3. Untuk mengetahui hubungan antara *locus of control* eksternal (*chance*) dengan stres akademik mahasiswa Program Fast Track Universitas Andalas.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya di bidang psikologi pendidikan yang membahas mengenai *locus of control* dan stres akademik.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat mengenai pentingnya *locus of control* dalam peningkatan atau penurunan tingkat stres akademik yang dirasakan mahasiswa Program Fast Track.

1.5 Sistematika Penulisan

Dalam penelitian ini, sistematika penulisan disusun berdasarkan bab demi bab yang akan diuraikan sebagai berikut :

Bab I : Pendahuluan, berisikan uraian singkat mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika penulisan.

Bab II : Tinjauan pustaka, berisikan teori-teori yang berkaitan dengan variabel yang diteliti seperti *locus of control* dan stres akademik, kerangka berpikir dan hipotesis penelitian.

Bab III : Metode penelitian, berisikan mengenai metode yang digunakan peneliti dalam penelitian meliputi, identifikasi variabel, definisi konseptual dan operasional variabel penelitian, populasi dan sampel, teknik pengambilan sampel, metode pengumpulan data, lokasi penelitian, alat ukur, prosedur penelitian, dan metode analisis data.

Bab IV : Hasil dan pembahasan penelitian berisikan data-data yang diperoleh di lapangan dan penjelasan mengenai hasil yang diperoleh.

Bab V : Penutup berisikan kesimpulan penelitian dan saran yang ingin disampaikan peneliti terkait penelitian.